ऋग्वेद प्रातः संध्या वंदनमु

(Morning only)



संग्रह : किरण टैप इनिस्टिट्यूट

41-1/8-13ए, गौतमि नगर,3व लैनु, कृष्ण लंक,विजयवाड-520013.

https://madhirafamily.wordpress.com/

कोन्नि नियममुलु - सूचनलु

01. **कालनिर्णयमु** - उशःकालमुन/प्रातःकालमुन निद्रलेववलयुनु. - उशः कालमु अनगा सूर्योदयमुनकु मुंदु 5 घडियलु. (घडिय अनगा 24 निमिषमुलु) अनगा 4 गं.लकु तेल्लवारुजामुन। - प्रातःकालमु अनगा सूर्योदयमुनकु 3 घडियलु. अनगा सुमारु गं.4.45नि.लकु. एट्टि परिस्थितुललोनु सूर्योदयमु अयिन तरुवात निद्रिंचरादु।

02. कालकृत्यमुल अनंतरमु स्नानमु चेयवलेनु। स्नानमु चेयुनपुडु (दिगंबरमुगा स्नानं चेयरादु) - हरिन्नारायणो गंगा, गंगा नारायणो हरिः। हरिर्विश्वरो गंगा, गंगा विश्वरो हरि। गंगे यमुलेचैव गोदावरी सरस्वती। नर्मदे सिंधु कावेरि, जलेस्मिन् सन्निधिं कुरु। कावेरी तुंगभद्रा. कृष्णवेणी च गौतमी। भागीरथी इति विख्यातः पंचगंगा प्रकीर्तिता। स्नारकाले पठेन्नित्यं महापातकनाशनम्। अपवित्रः परित्रोवा सर्वावस्थांगतो पिवा यस्मरे त्पुंडरीकाक्षं सबाह्यांभ्यंतर श्शुचिः। पुंडरीकाक्ष। पुंडरीकाक्ष। पुंडरीकाक्ष।। (अनि शिरस्सुपै नीरु चल्लुकोनवलेनु।)

03. **तिथि निर्णयमु** - ओक्कोक्क दिनमुनंदु रेंडेसि तिथुलु उंडवच्चुनु। कानि नित्यकर्मलु चेयुनप्पुडु सूर्योदयादि - प्रातः कालमुनंदु गल तिथ्यादुलने ग्रहिंचि पूर्ति अयिनयेडल, आनाटि तिथियेदो चेप्पि अनंतरं तिथियेदो चेप्पवलेनु। उदा- सोमवारं उदयं सप्तमि 6.50 वरकु उन्नदि। मरुनाडु मंगळवारं अष्टमि तेल्लवारुजामुन गं 5.15 नि.के पूर्ति अयिनदि। अप्पुडु मंगळवारमु नवमि तिथिये। अट्टि संदर्भमुललो सप्तमि तिथि समयंलो संध्यावंदनमु चेयुनप्पुडु सप्तम्यां तत्काल अष्टम्यां अनियु चेप्पुकोनवलेनु।

04. **विभूतिधारण** - विभूति भस्ममुनु एडम अरचेतिलोनिकि वेसुकोनि, नीटि चुक्कलतो तडिपि - *"ऊर्ध्व पुड्रं मृदा कूर्याद् भस्मना तु त्रिपुंद्रकम्। उभयं चंदने नैव अभ्यंगोत्सव रात्रिषु"*- अनि पठिंचुचु नुदुट अड्डमुगानु, दंन्ड चेतुलयंदु मुंजेतुलयंदु, भुजमुलयंदु, एदुरुरोम्मु, पोट्टुयंदु,

Contd.56.

श्रीरस्तु　　　　शुभमस्तु　　　　अविघ्नमस्तु

ओम् श्रीलक्ष्मीमहागणाधिपतये नमः　　　　ओम् श्रीरामचंद्रपरब्रम्हणे नमः

ऋग्वेद प्रातः संध्या वंदनम्

(प्रातःकालमुनंदु सूर्याभिमुखमुगा - तूर्पु लेदा उत्तर दिशगा - मुखमिचेसि एदेनि आसनमुपै कूचुनि भस्मधारण (श्लो।। श्रीकरंच पवित्रंच शोकरोगनिवारणम्। लोके वशीकरं पुंसां भस्मत्रैलोक्य पावनम्।।) लेदा तिलकधारण चेसिन पिदप उध्धरिणिलो नीरु तीसुकोनि शिरस्सुन, शरीरमुपै मुम्मारु मार्जनमु चेसिकोनुचु ई क्रिंदि मंत्रमुनु पठिंचवलेनु)

हरिःओम् अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थां गतोपि वा।

यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं सबाह्याभ्यन्तरः शुचिः।।

पुन्डरीकाक्ष! पुन्डरीकाक्ष!! पुन्डरीकाक्ष!!!

(कुडिचेति बोटन व्रेलुनु नडिमिव्रेलि मोदटिकि तगुलुनट्लुगा वंचि, दानिमीदिकि चूपुडु व्रेलुनु वंचि पट्टिनचो गोकर्णाकृतिगा एर्पडु अरचेतिलो (मिनप गिंज मुलुगुनन्नि) नीटिनि पोसिकोनि, आचमिंचवलेनु)

।　आचमनमु　।

ओम् केशवाय स्वाहा ।　　(अनि आचमिंचवलेनु)

ओम् नारायणाय स्वाहा ।　　(।।)

ओम् माधवाय स्वाहा ।　　(।।)

ओम् गोविन्दाय नमः।　　(अरचेतुलु रैंटिनि कडुगु कोनवलेनु)

ओम् विष्णवे नमः।　　(।।)

ओम् मधुसूदनाय नमः।　　(अनि बोटनव्रेलितो पै पेदविनि,

ओम् त्रिविक्रमाय नमः।　　तर्वातक्रिंदि पेदविनि तुडुचुकोनवलेनु)

ओम् वामनाय नमः। (अनि सिरमुन रेंडु मार्लु नीरु चल्लुकोनवलेनु)

ओम् श्रीधराय नमः। (॥)

ओम् हृषीकेशाय नमः। (अनि एडमचेतिपै नीरू चल्लुकोनवलेनु)

ओम् पद्मनाभाय नमः। (॥)

ओम् दामोदराय नमः। (अनि सिरस्सुपै नीरु चल्लुकोनवलेनु)

ओम् संघर्षणाय नमः। (अनि चेतिव्रेळ्ळनु गिन्नेवले चेसि व्रेळ्ळ मूलमुलतो गड्डमुनु स्पृशिंचवलेनु)

ओम् वासुदेवाय नमः। (अनि बोटन, उंगरपु व्रेळ्ळतो

ओम् प्रध्झुम्नाय नमः। नेत्रमुलनु ताकवलेनु)

ओम् अनिरुध्दाय नमः। (अनि बोटन, चूपुडु व्रेळ्ळतो मुक्कु

ओम् पुरुषोत्तमाय नमः। रंध्रमुलनु ताकवलेनु)

ओम् अथोक्षजाय नमः (अनि बोटन, चिटिकिन व्रेळ्ळतो

ओम् नारसिंहाय नमः। चेवुलनु ताकवलेनु)

ओम् अच्युताय नमः (अनि बोटन, मध्य व्रेळ्ळतो नाभिनि ताकवलेनु)

ओम् जनार्दनाय नमः। (अनि व्रेळ्ळकोनलतो वक्षस्थलमुनु ताकवलेनु)

ओम् उपेन्द्राय नमः। (अनि व्रेळ्ळकोनलतो सिरमुनु ताकवलेनु)

ओम् हरये नमः। (अनि मुकुळित हस्थमुतो कुडि, एडम

ओम् श्री कृष्णाय नमः । बाहुमूलमु (भुजमु) लनु ताकवलेनु)

ओम् श्रीकृष्ण परब्रम्हने नमः

(ई विधमुगा आचमनमु चेसिन एडल श्रीमन्नारायणुनितो समानुडगुनु)

(ఈ क्रिंदि मंत्रमुनु पठिंचि आसनमु क्रिंद भूमिनि स्पृशिंचि चक्कगा कूर्चोनवलेनु)

आसन मंत्रस्य पृथ्विव्याः मेरुपृश्ठ ऋषिः - कूर्मोदेवता - सुतलं छंदः - आसने विनियोगः - ओं कूर्मासनाय नमः - ओं अन्नतासनाय नमः

(ई क्रिंदि मंत्रमुनु पठिंचुचु भूतमुलनु वेडलगोट्टुचुन्नट्लु भाविंपवलेनु) (चेतिलोनिकि नीरु तीसुकोनि वासन जूचि एडमचेति प्रक्कगा वेनुककु नीरु विसरवलेनु)

भूतोच्चाटनम्

श्लो।। उत्तिष्ठंतु भूतपिशाचाः य एते भूमिभारकाः।
एतेशामविरोधेन ब्रह्मकर्म समारभे।।

प्राणायाम विधि - मनस्सुनु निर्मलमुगा नुंचिकोनि, गायत्री देवियंदु मनस्सुनु निलिपियुंचवलेनु। मुंदुगा वेन्नु, कंठमु, सिरस्सु मूडिंटिनि निटारुगा एकदंडमु वले निलिपि कूर्चुंडवलेनु। कुडिचेति अंगुष्टमु (बोटनव्रेलि) तो कुडिमुक्कुनु मूसि, एडम मुक्कुद्वारा नेम्मदिगा गालि पील्चुचू प्राणायाम मंत्रमुनु ध्यानपूर्वमुगा मनस्सुतो चदुवुतू *"पूरकम्"* चेयवलेनु। तर्वात अनामिक, कनिष्ठिक व्रेळ्ळतो एडम मुक्कु रंध्रमुनु मूसि उंचवलेनु। इप्पुडु मानसिकमुगा प्राणायाम मंत्रमुनु पठिंचवलेनु। रेंडु मुक्कु रंद्रमुलु मूयबडि श्वासनु निलिपि उंचुटनु *"कुंभकम्"* अंदुरु। अनंतरमु कुडि मुक्कुनु मूसि उंचिन बोटनव्रेलुनु तोलगिंचि नेम्मदि - नेम्मदिगा ओकमारु प्रणायाम मंत्रमुनु मानसिकमुगा चेप्पुचू श्वासनु वदिलिपेट्टवलेनु। श्वासनु वदलिपेट्टु क्रियनु *"रेचकम्"* अनि अंदुरु। पूरकमु, कुंभकमु, रेचकमु अनु मूडु कर्मलनु ओकसारि चेयुटनु ओक प्राणायाममनि अंदुरु।

प्राणायामम्

ओम् प्रणवस्य परब्रह्मऋषिः परमात्मा देवता
देवी गायत्री छन्दः। प्राणायामे विनियोगः।।

विनियोगः - (वेदमंत्रमुल विनियोगमुनकु मुंदु, आयामंत्रमुलकु सबंदिंचिन ऋषि, छंदस्सु, देवतल स्मरणमु निर्दिश्टमुगा चेयवलेनु। अदि शास्त्रीयमु, ऋषिऋण विमोचनमु अनुमाट गमनार्हमु। विनियोगमुनंदु जलमुनु विडुव वलसिन पनिलेदु).

ओम् भूः । ओम् भुवः । ओम् सुवः । ओम् महः ।
ओम् जनः। ओम् तपः ।ओम् सत्यं । ओम्
तत्सवितुर्वरेण्यं । भर्गोदेवस्य धीमहि धीयो यो नः
प्रचोदयात्। ओमापो ज्योतीरसोमृतं ब्रह्म भुर्भुवःस्वरोम्.

गायत्री मंत्र प्रतिपदार्थमु --- ओं = सर्वपरिपूर्णमैन परब्रह्म स्वरूपमैनदियु, भूः = सत् - सत् स्वरूपमैनदियु, भुवः = चित् स्वरूपमैनदियु, स्वः = आनंद स्वरूपमैनदियु, देवस्य = स्वयंज्योति स्वरूपमैनदियु, सवितुः = सृष्ठि, स्थिति, लय कारणमैनदियु, (ब्रह्मात्मकमैनदियु), वरेण्यम् = श्रेष्ठमैन, (विष्णावत्मकमैनदियु) भर्गः = अज्ञानमनेडु चीकटिनि पोगोट्टुनदियुनगु, (शिवात्मकमैनदियु) यः = ए तेजस्सु (अइते), वः = मा योक्क, धियः = बुद्धुलनु, प्रचोदयात् = प्रेरेपिंचु चुन्नदो, तत् = आ ब्रह्मतेजस्सुनु (मेमु), धीमही = ध्यानमु चेसेदमु।

देशकाल संकीर्तन पूर्वक संकल्पमु

श्री गोविंद ! गोविंद ! गोविंद ! शुभाभ्युदयार्थं च
शुभेशोभने मंगळे मुहुर्ते श्री शिवशिवशंभो राज्ञया
प्रवर्तमानस्य / श्री महाविष्णोराज्ञया प्रवर्तमानस्य

अध्य ब्रह्मणः द्वितीयपरार्धे श्री श्वेतवराह कल्पे, वैवस्वत मन्वन्तरे, अष्टाविंशन्महायुगे, कलियुगे, प्रथमपादे, अत्र पृधिव्यां, जंबूद्वीपे, भरतवर्षे, भरतखंडे, मेरोः दक्षिण दिग्भागे श्रीशैलस्य ईशान्य प्रदेशे (तामु उन्न प्रदेशमु श्रीशैलमुनकु ए दिक्कुन उन्नदो -(ईशान्य प्रदेशे (कोस्ता जिल्लालवारु) वायुव्य प्रदेशे (हैदराबादु प्रांतं वारु) आग्नेय दिभ्गागे (मदरासु प्रांतंवारु) कृष्णा गोदावरी मध्य प्रदेशे (ए ए नदुलमध्यन उन्नदो अवि मार्चुकोनि चेप्पवलेनु) श्री महालक्ष्मी निवास स्वगृहे / शोभन गृहे समस्त देवता ब्राह्मण हरिहर चरण सन्निधौ अम्सिन् वर्तमान व्यावहारिक चांद्रमानेन (जरुगुचुन्न संवत्सरमु, आयनमु, ऋतुवु,नेल, पक्षमु,तिथि, वारमु चेप्पवलेनु). प्रभवादि षष्टिसंवस्तराणां मध्ये स्वस्ति श्री ------------- नाम संवस्तरे, उत्तरायणे / दक्षिणायने -------------- ऋतौ, ---------------- मासे शुक्ल पक्षे / कृशण पक्षे --------------- तिथौ ---------------- वासरे शुभवासरे शुभ नक्षत्रे शुभयोगे, शुभकरणे एवं ग्रह गुण विशेषण विशिष्टायां, आस्यां शुभतिथौ, श्रीमान् ------------- गोत्रः ------------- शर्माभिधेयोहं श्रीमतः ---------- गोत्रस्य ------------ शर्माबिधेयस्य। ओं ओं ओं (यज्ञोपवीत धारण समयंलो - मम श्रौत

स्मार्त नित्य नैमत्तिक काम्य कर्म अनुश्ठान योग्यतासिद्ध्यर्थं ब्रह्म तेजोभि वृद्ध्यर्थं च नूतन यज्ञोपवीत धारणं करिश्ये) मम उपात्त समस्त दुरितक्षय द्वारा श्रीपरमेश्वरमुद्दिस्य, श्री परमेस्वर पींत्यर्थं प्रातः संध्यामुपासिश्ये। (एडम चेत उध्दरिणितो पात्रलोनि नीटिनि तीसुकुनि कुडिचेतिलो पोसुकोनि देवतीर्धमु द्वारा पळ्ळेमुलो वदलवलेनु)

ऋतुवुलु	
चैत्रमु, वैशाखमु - वसंत ऋतुवु	जेष्टमु, आषाडमु - गींष्म ऋतुवु
श्रावणमु, बाद्रपदमु - वर्ष ऋतुवु	आश्वयुजमु, कार्तीकमु - शरदृतौ
मार्गशिरमु, पुष्यमु - हेमंत ऋतुवु	माघमु, पाल्गुणमु - शिशिर ऋतुवु

वारमुलु	
आदिवारमु - भानु (रवि) वासरे	सोमवारमु - इंदु वासरे
मंगळवारमु - भौम (कुज) वासरे	बुधवारमु - सौम्य वासरे
गुरुवारमु - ब्रुहस्पति (गुरु) वासरे	शुक्रवारमु - भृगुवासरे
शनिवारमु - स्थिर (मंद) वासरे	

तिधुलु

पाड्यमि - प्रतिपप्तिधौ, विदिय - व्दितीयायां, तदिय - तृतीयायां, चविति - चर्तुध्यां , पंचमि - पंचम्यां, षष्टि - षट्ष्यां, सप्तमि - सप्तम्यां, अष्टमि - अष्टम्यां, नवमि - नवम्यां, दशमि - दशम्यां, एकादशि - एकादशम्यां, द्वादशि - द्वादशम्यां, त्रयोदशि - त्रयोदशम्यां, चर्तुदशि - चर्तुदशम्यां, पौर्णमि - पूर्णिमायां, अमावास्य - अमावस्यायां.

प्रथम मार्जनं

आपोहिष्ठेति तिसृणां सिंधूद्वीपऋषिः - परमात्मा देवता - देवी गायत्रीच्छंदः - मार्जनेविनियोगः।

(उध्दरिणिलो नीरु तीसुकोनि, एडमचेत पट्टुकोनि प्रति मंत्रमु चिवर ओकसारि कुडिचेति बोटन, मध्यम, उंगरपु वेंळ्ळतो शिरमुपै जलमुनु मार्जनमु चेसिकोनवलेनु। 8 व मंत्रमुनकु मात्रमु नीटिनि पादमुलपै चल्लुकोनवलेनु.)

01.ओं आपो हिष्ठा मयोभुवः 02.ओं ता न ऊर्जे दधातन 03. ओं महे रणाय चक्षसे 04. ओं यो वः शिवतंमो रसः 05. ओं तस्य भाजयते ह नः 06. ओं उशतीरिव मातरः 07. ओं तस्मा अरं गमाम वः 08. <u>ओं यस्य क्षयाय जिन्वथ</u>, 09. ओं आपो जनयथा च नः

(अन्तरमु) ओं भूर्भुवः स्वः तत् सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् - इत्यात्मानं जलेन परिषिच्य (अनि चेबुतू मिगिलिन जलमुनु पळ्ळेमुलो विडुववलेनु.)

मंत्राचमनम्

(कुडिचेति - बोटन व्रेलुनु नडिमि व्रेलि मोदटिकि तगुलुनट्लुगा वंचि, दानि मीदकि चूपुडु वेंलुनु वंचि पट्टिनचो गोकण्राकृतिगा एर्पडु अरचेतिलो उद्धरिणेडु नीटिनि पोसिकोनि, ई क्रिंद पेर्कोन बडिन विधमुगा मूडु व्रेळ्ळललो, आया मंत्रमुलतो अभिमंत्रिंचि त्रागवलेनु.)

प्रातःकाल मंत्राचमनमु

सूर्यच्शेत्यस्य मन्त्रस्य । याज्ञवल्क्योपनिषद ऋषिः - सूर्यमामन्यु मन्युपतयो रात्रिर्देवता । प्रकृतिश्धन्दः । मंत्रापः प्राशने विनियोगः।।

ओम् सूर्यच्श मा मन्युच्श मन्युपतयश्य मन्युकृतेभ्यः। पापेभ्यो रक्षन्ताम्। यद्रात्र्या पापमकार्षम् । मनसा वाचा हस्ताभ्याम् । पद्भ्या मुदरेण शिश्ना । रात्रिस्तदवलुंपतु । यत्किंच दुरितं मयि । इदमहं मा ममृत योनौ । सूर्येज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ।।

(इति जलं पीत्वा)।।

।। आचम्य ।।

ओम् केशवाय स्वाहा, ओम् नारायणाय स्वाहा, ओम् माधवाय स्वाहा, ओम् गोविन्दाय नमः, ओम् विष्णवे नमः, ओम् मधुसूदनाय नमः, ओम् त्रिविक्रमाय नमः, ओम् वामनाय नमः, ओम् श्रीधराय नमः, ओम् हृषीकेशाय नमः, ओम् पद्मनाभाय नमः, ओम् दामोदराय नमः, ओम् संघर्षणाय नमः, ओम् वासुदेवाय नमः, ओम् प्रध्झुम्नाय नमः, ओम्

अनिरुध्दाय नमः, ओम् पुरुषोत्तमाय नमः, ओम अथोक्षजाय नमः, ओम् नारसिंहाय नमः, ओम् अच्युताय नमः, ओम जनार्दनाय नमः, ओम् उपेन्द्राय नमः, ओम् हरये नमः, ओम् श्री कृष्णाय नमः, ओम् श्री कृष्ण परब्रह्मणे नमः।

पुनम्राज्ञनमु (द्वितीय माज्ञनम्)

आपोहिष्ठेति तिसृणां सिंधुव्दीप ऋषिः - परमात्मा देवता - गायत्रीच्छंदः - पुनर्माज्ञनेविनियोगः

(उध्दरिणिलो नीरु तीसुकोनि, एडमचेत पट्टुकोनि प्रति मंत्रमु चिवर ओकसारि कुडिचेति बोटन, मध्यम, उंगरपु वेंळ्ळतो शिरमुपै जलमुनु माज्ञनमु चेसिकोनवलेनु. 8 व मंत्रमुनकु मात्रमु नीटिनि पादमुलपै चल्लुकोनवलेनु.)

01. ओम् आपो हि ष्ठा मयोभुवः 02. ओम् ता न ऊर्जे दथातन, 03. ओम् महे रणाय चक्षसे, 04. ओम् यो व श्शिवतमो रसः, 05. ओम् तस्य भाज यते ह नः, 06. ओम् उशतीरिव मातरः, 07.ओम् तस्मा अरं गमाम वः, 08. *<u>ओम् यस्यक्षया यजिन्वथ,</u>* 09. ओम् आपो जनयथा च नः

(ई क्रिंदि मंत्रमुलकु कूडा उध्दरिणिलो नीरू तीसिकोनि, एडमचेत पट्टुकोनि प्रति मंत्रमु चिवर ओकसारि कुडिचेति बोटन, उंगरपु व्रेळ्ळतो शिरमुपै जलमुनु मार्जनमु चेसिकोनवलेनु.)

शंनो देवी रभिष्टय अपो भवंतु पीत ये ।
शंयोरभिस्रवंतुनः । ईशाना वार्याणां क्षयंतीच्श
र्षणीनाम्। अपोयाचामि भेषजं । आस्पु मे सोमो
अर्पवीत् । अंतर्विव्शानि भेषजा । अग्निं च विश्व
शंभुवम् । आपश्च विश्वभेषजं । वरूधं तन्व (नि)
हेमम ज्योक्च सूर्यं दृशे । इदमापः प्रवहत । यत्किंच
दुरितंमयि । यद्वाह मभिदुद्रोह यद्वा शेफ उतामृतम् ।
अपो अद्यान्व चारिषं रसेन समगन्महि पयह्व नग्न
आगहि तं मा संसृज वर्चसा । ससृशी स्तदपसो
दिवानक्तं च स सृषीहिवरेण्य कतु रह मादेवी रवसेहोवे
आपोमां रक्षंतु ।।

पापविमोचनमंत्रः

भद्रन्न इत्यस्यमंत्रस्य - ऐंद्र विमद ऋषिः - अग्निः
परमात्मादेवता - एकपदा विराट्छंदः । भद्रंनो
अपिवादयतमनः।।

(कुडिचेतिलो जलमुनु तीसिकोनि, क्रिंदिमंत्रमुनु पठिंचि, एडम मुक्कुश्वासनु
निलिपि, आ जलमुलोनिकि कुडि मुक्कुलोनुंडि पाप पुरुषुनि निःश्वासरूपमुग
विडिचि तनकु एडमवैपुन आ जलमुनु विसर्जिंपवलेनु - अट्टि जलमुनु तिरिगि
चूडकूडदु. चेतुलु कडुगुकोनवलेनु)

ऋतंच सत्यंचेत्यस्य सूक्तस्य अघमर्षणऋषिः - भाववृतो देवता अनुष्टुप् छंदः - अघमर्षणे (मम पाप पुरुष जल विसर्जने) विनियोगः

ओम् ऋतं च सत्यं चाभीद्धात्तपसोध्यो जायत ततो रात्र्य रजायत ततसमुद्रो अर्णवः। समुद्रादर्णवादधि संवत्सरो अजायत। अहोरात्राणि विदधद्विश्वस्य मिषतो वशी - सूर्या चंद्रमसौ धाता यथा पूर्वमकल्पयत् - दिवं च पृथिवीं चास्तरिक्ष मधोसुवः।। (एडमवैपुन एवरू तोंक्कनि चोट आ जलमुनु विसर्ज्रिंपवलेनु -अट्टि जलमुनु तिरिगि चूडकूडदु. चेई कडुगुकोनवलेनु)

।। आचम्य ।।

ओम् केशवाय स्वाहा, ओम् नारायणाय स्वाहा, ओम् माधवाय स्वाहा, ओम् गोविन्दाय नमः, ओम् विष्णवे नमः, ओम् मधुसूदनाय नमः, ओम् त्रिविक्रमाय नमः, ओम् वामनाय नमः, ओम् श्रीधराय नमः, ओम् हृषीकेशाय नमः, ओम् पद्मनाभाय नमः, ओम् दामोदराय नमः, ओम् संघर्षणाय नमः, ओम् वासुदेवाय नमः, ओम् प्रध्झुम्नाय नमः, ओम् अनिरुध्दाय नमः, ओम् पुरुषोत्तमाय नमः, ओम अथोक्षजाय नमः, ओम् नारसिंहाय नमः, ओम्

अच्युताय नमः, ओम जनार्दनाय नमः, ओम् उपेन्द्राय नमः, ओम् हरये नमः, ओम् श्री कृष्णाय नमः, ओम् श्री कृष्ण परब्रह्मणे नमः।

|| प्राणानायम्य ||

ओम् भूः । ओम् भुवः । ओम् सुवः । ओम् महः । ओम् जनः । ओम् तपः ।ओम् सत्यं । ओम् तत्सवितुर्वरेण्यं । भर्गो देवस्य धीमहि धीयो यो नः प्रचोदयात् । ओमापो ज्योतीरसोमृतं ब्रह्म भुर्भुवःस्वरोम्

अर्घ्यप्रदानम्

(ई क्रिंदि विधमुगा संकल्पमु चेप्पि सूर्य भगवानुनकु मुडु मार्लु अर्घ्यमुनु ईयवलेनु। कालातीतमैनचो मुंदुगा " कालातीत प्रायश्चित्तार्घ्यप्रदानं करिश्ये " अनि चेप्पि अर्घ्यमीयवलेनु। (समय निद्रेशमु सरिगा चेयलेमु कावुन कालातिक्रमणमु काकपोयिननु प्रायच्शित्ताघ्यमु इच्चुट उत्तममु) उदयमु तूर्पु मुखमुगा निलबडि, दोसिट्लो जलमु तीसिकोनि समंत्रकमुग पळ्ळेमुलो विडुववलेनु).

देशकाल संकीर्तन पूर्वक संकल्पमु

श्री गोविंद ! गोविंद ! गोविंद ! शुभाभ्युदयार्थं च शुभे शोभने मंगळे मुहुर्ते श्री शिवशिवशंभो राज्ञया प्रवर्तमानस्य / श्री महाविष्णोराज्ञया प्रवर्तमानस्य अध्य ब्रह्मणः व्दितीय परार्धे श्वेतवराह कल्पे, वैवस्वत मन्वन्तरे, अष्टाविंशन्महायुगे, कलियुगे, प्रथमपादे,

अत्र पृधिव्यां, जंबूव्दीपे, भरतवर्षे, भरतखंडे, मेरोः दक्षिण दिग्भागे श्रीशैलस्य ईशान्य प्रदेशे (तामु उन्न प्रदेशमु श्रीशैलमुनकु ए दिक्कुन उन्नदो - (ईशान्य प्रदेशे (कोस्ता जिल्लालवारु) वायुव्य प्रदेशे (हैदराबादु प्रांतं वारु) आग्नेय दिभ्गागे (मदरासु प्रांतंवारु) कृष्णा गोदावरी मध्य प्रदेशे (ए ए नदुल मध्यन उन्नदो अवि मार्चुकोनि चेप्पवलेनु) श्री महालक्ष्मी निवास स्व गृहे / शोभन गृहे समस्त देवता ब्राह्मण हरिहर चरण सन्नि धौ अम्सिन् वर्तमान व्यावहारिक चांद्रमानेन (जरुगुचुन्न संवत्सरमु, आयनमु, ऋतुवु, नेल, पक्षमु, तिथि, वारमु चेप्पवलेनु). प्रभवादि षष्टि संवस्तराणां मध्ये स्वस्ति श्री ------------ नाम संवस्तरे, उत्तरायणे / दक्षिणायने ------------- ऋतौ, - ---------------- मासे शुक्ल पक्षे / कृशण पक्षे --------- -------- तिथौ ---------------- वासरे शुभ वासरे, शुभ नक्षत्रे, शुभयोगे, शुभकरणे एवं ग्रह गुण विशेषण विशिष्टायां, आस्यां शुभतिथौ, श्रीमान् -------------- गोत्रः ------------- शर्माभिधेयोहं श्रीमतः -------------- गोत्रस्य ------------ शर्माबिधेयस्य.ओम् ओम् ओम् मम उपात्त समस्त दुरितक्षय द्वारा श्रीपरमेश्वर मुद्दिश्य, श्री परमेश्वर प्रीत्यर्थं प्रातः संध्याघ्र्य प्रदानं करिष्ये.

(एडम चेत उद्धरिणितो पात्रलोनि नीटिनि तीसुकुनि कुडिचेतिलो पोसुकुनि देवतीर्धमु द्वारा पळ्ळेमुलो वदलवलेनु)

प्रातःकाल अघ्र्य प्रदानमु

गायत्र्या गाधिपुत्रो विश्वामित्र ऋषिः - सविता देवता - गायत्री छंदः - प्रातः संध्यांग सूर्याघ्र्य प्रदाने विनियोगः।। (मुंदुगा) प्रातः संध्याघ्र्य मुख्य कालातिक्रमण दोष परिहारार्थं प्रायश्चित्ताघ्र्य प्रदानं करिष्ये (अनि चेप्पि अघ्र्यमीयवलनु).

ओम् भूर्भवः स्वः। तत्स वितुर्वरेण्यं।
भर्गोदेवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्।।

गायत्र्या गाधिपुत्रो विश्वामित्रऋषिः - सविता देवता - गायत्रीछंद - प्रातः संध्यांग सूर्याघ्र्य प्रदाने विनियोगः।।

ओम् भूर्भवः स्वः। तत्स वितुर्वरेण्यं।
भर्गोदेवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्।।

(अनि इदे मंत्रमुनु पठिंचुचु वरुसगा मूडु मार्लु अघ्र्यमुनीयवलेनु (नीटिनि पळ्ळेमुलो विडुववलेनु)

आत्म प्रदक्षिणमु - परिषेचनमु



इत्यात्मानं जलेन परिषिच्य.

(दोसिट्लो नीरु तीसिकोनि दिगुव मंत्रमुनु पठिंचुचु प्रदक्षिणमु चेस्तू चेतिलोनि उदकमुनु (तन) चुट्टु विडुववलयुनु)

असावादित्यो ब्रह्म ब्रह्मैव सत्यं ब्रह्यैवाहं।
योसावादित्यो हिरण्मयः पुरुष स्सएवाहमस्मि।।

(इत्यात्मनं प्रदक्षिणं कृत्वा.)

उत्तिष्ठदेविगंतव्यं पुनरा गमनायच ।
प्रसीद देवि तुष्टात्वं प्रविश्य हृदयं ममः।।

तर्पणमु

(कूर्चुनि) ।। आचम्य ।। ओम् केशवाय स्वाहा, ओम् नारायणाय स्वाहा, ओम् माधवाय स्वाहा, ओम् गोविन्दाय नमः, ओम् विष्णवे नमः, ओम् मधुसूदनाय नमः, ओम् त्रिविक्रमाय नमः, ओम् वामनाय नमः, ओम् श्रीधराय नमः, ओम् हृषीकेशाय नमः, ओम् पद्मनाभाय नमः, ओम् दामोदराय नमः, ओम् संघर्षणाय नमः, ओम् वासुदेवाय नमः, ओम् प्रध्झुम्नाय नमः, ओम् अनिरुध्दाय नमः, ओम् पुरुषोत्तमाय नमः, ओम अथोक्षजाय नमः, ओम् नारसिंहाय नमः, ओम् अच्युताय नमः, ओम जनार्दनाय नमः, ओम् उपेन्द्राय नमः, ओम् हरये नमः, ओम् श्री कृष्णाय नमः, ओम् श्री कृष्ण परब्रह्मणे नमः।

।। प्राणानायम्य ।।

ओम् भूः । ओम् भुवः । ओम् सुवः। ओम् महः । ओम् जनः । ओम् तपः ।ओम् सत्यं । ओम्

तत्सवितुर्वरेण्यं । भर्गो देवस्य धीमहि धीयो यो नः प्रचोदयात्।ओमापो ज्योतीरसोमृतं ब्रह्म भुर्भुवःस्वरोम् ।

लघुसंकल्पमु - ओम् ओम् ओम् मम उपात्त समस्त दुरितक्षय द्वारा शीपरमेश्वर मुद्दिश्य, शी परमेश्वर प्रीत्यर्धं प्रातः संध्यार्ग्य तर्पणं करिष्ये।

(कूर्चोनि तर्पणमु चेयवलेनु। दिगुव नाममुलु चेप्पुचु कुडिचेतिलो जलमुपोसिकोनि देवतीर्थमु द्वारा ओक्कोक नाममुनकु ओकसारि तर्पणमु विडुववलेनु) (तर्पणमुनु ओक पळ्ळेमुलो वदलवलेनु)।

प्रातःकालमु नंदु - 01. संध्यां र्तपयामि 02. गायत्रीं र्तपयामि

03. ब्राह्मी र्तपयामि 04. निमृजीं र्तपयामि

।। द्विराचम्य ।। ओम् केशवाय स्वाहा, ओम् नारायणाय स्वाहा, ओम् माधवाय स्वाहा, ओम् गोविन्दाय नमः, ओम् विष्णवे नमः, ओम् मधुसूदनाय नमः, ओम् त्रिविक्रमाय नमः, ओम् वामनाय नमः, ओम् श्रीधराय नमः, ओम् हृषीकेशाय नमः, ओम् पद्मनाभाय नमः, ओम् दामोदराय नमः, ओम् संघर्षणाय नमः, ओम् वासुदेवाय नमः, ओम् प्रध्झुम्नाय नमः, ओम् अनिरुध्दाय नमः, ओम् पुरुषोत्तमाय नमः, ओम अथोक्षजाय नमः, ओम्

नारसिंहाय नमः, ओम् अच्युताय नमः, ओम जनार्दनाय नमः, ओम् उपेन्द्राय नमः, ओम् हरये नमः, ओम् श्री कृष्णाय नमः, ओम् श्री कृष्ण परब्रह्मणे नमः। (2 मार्लु)

संध्योपासन - उत्तर भागमु // गायत्री आवाहनमु

ओम् मित्येकाक्षरं ब्रह्म - अग्निद्रेवता। ब्रह्म इत्यार्षम्। गायत्रं छन्दं परमात्मं स्वरूपम्। सायुज्यं विनियोगम्।।

आयातु वरदा देवी अक्षरं ब्रह्म सम्मितम्।
गायत्रीं छंदसां मा तेदं ब्रह्म जुषस्वमे।।
यदह्नात् कुरुतेपापं तदह्नात् प्रति मुच्यते
यद्रात्रियात् कुरुते पापं तद्रात्रियात् प्रति मुच्यते।।
सर्ववर्णे महादेवि संध्या विद्ये सरस्वति।

ओजोसि सहोसि बलमसि भ्राजोसि देवानां धामनामासि विश्वमसि विश्वायुः सर्वमसि सर्वायु रभिभूरोम्।।

(ई क्रिन्दि नाममुलु पठिंचुचू रेंडु चेतुलतो दोसिलोग्गि देविनि तनलोनिकि आह्वानिंचुनट्लु चेतुलु तनवैपुनकु त्रिप्पुकोनवलयुनु)

01. गायत्री मावाहयामि
02. सावित्री मावाहयामि
03. सरस्वती मावाहयामि
04. छंदर्र षी नावाहयामि
05. श्रिय मावाहयामि
06. बल मावाहयामि.

गायत्र्या गायत्रीच्छन्दो विश्वामित्र ऋषिः सविता देवता गायत्री छंदः (नमस्करिंचवलेनु) अग्निर्मुखं। (कुडिचेतितो मुखमु ताकवलेनु) ब्रह्म शिरो। (शिरस्सुपै ताकवलेनु) विष्णर्र हृदयं। (हदयमुनु ताकवलयुनु) रुद्रश्शिखा। (तल वेनुक भागमु (शिख) नु ताकवलेनु) पृधिवीयोनिः (बोड्डु क्रिंदि भागमुनु ताकवलेनु) प्राणापान व्यानोदान समानासप्राणा श्वेतवर्णा सांख्यायनसगोत्रा गायत्री चतुर्विंशत्यक्षरा त्रिपदा षट्कुक्षिः पंचशीर्रशोपनयने विनियोगः

आब्रह्म लोकादाशेषात् आलोका लोक पर्वतात्।
येवसंति द्विजादेवाः तेभ्यो नित्यं नमो नमः।।
अपसर्पंतुते भूताः येभूता भुविसंस्थिताः।
येभूता विघ्नकर्तारः तेगच्छंतु शिवाज्ञ्या।।

आसन मंत्रस्य पृधिव्याः मेरुपृष्ठऋषिः - सुतलं छंधः - कूर्मो देवता - आसनेविनियोगः पृधिवित्वयाधृता लोकाः देवित्वं विष्णुनाधृता। त्वंचधारय मांदेवि पवित्रं कुरुचाननं।।

गायत्री जप संकल्पमु

(इति तत्तस्थानेषु तत्तर्देवता आवाहय ।। आचमनं कृत्वा शुचौदेशे उपविश्य जपं कुर्यात् ।। स्थलशुद्धिं विधाय ।। कुशाजिनाद्यानने सूर्याभिमुख उपविश्य जपं कुर्यात् ।।)

आचमनं - ओम् केशवाय स्वाहा, ओम् नारायणाय स्वाहा, ओम् माधवाय स्वाहा, ओम् गोविन्दाय नमः, ओम् विष्णवे नमः, ओम् मधुसूदनाय नमः, ओम् त्रिविक्रमाय नमः, ओम् वामनाय नमः, ओम् श्रीधराय नमः, ओम् हृषीकेशाय नमः, ओम् पद्मनाभाय नमः, ओम् दामोदराय नमः, ओम् संघर्षणाय नमः, ओम् वासुदेवाय नमः, ओम् प्रध्झुम्नाय नमः, ओम् अनिरुध्दाय नमः, ओम् पुरुषोत्तमाय नमः, ओम अथोक्षजाय नमः, ओम् नारसिंहाय नमः, ओम् अच्युताय नमः, ओम जनार्दनाय नमः, ओम् उपेन्द्राय नमः, ओम् हरये नमः, ओम् श्री कृष्णाय नमः, ओम् श्री कृष्ण परब्रह्मणे नमः।

प्राणायामं - ओं भूः । ओं भुवः । ओं सुवः । ओं महः । ओं जनः । ओं तपः ।ओं सत्यं । ओं तत्सवितुर्वरेण्यं । भर्गो देवस्य धीमहि धीयो यो नः प्रचोदयात् । ओं आपोज्योतीरसोमृतं ब्रह्म भुर्भुवःस्वरोम् ।। (3 मार्लु)

लघु संकल्पमु - ओम् ओम् ओम् मम उपात्त समस्त दुरितक्षय द्वारा श्रीपरमेश्वर मुद्दिश्य, श्री परमेश्वर प्रीत्यर्थं प्रातः संध्यांग (दश/अष्टोत्तरशत/सहस्र यथाशक्ति) गायत्री महामंत्र जपं करिष्ये।।

(अनि उद्धरिणितो नीरु तीसुकोनि कुडिचेति द्वारा पळ्ळेमुलो विडुववलेनु)

शुक्लांबरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम्।

प्रसन्न वदनं ध्यायेत् सर्व विष्नोपशंतये।।

गायत्रीध्यानं - आयात्वित्यनुवाकस्य - वामदेवऋषिः - अनुष्टुप् छंदः - गायत्री देवता - गायत्र्यावाहने विनियोगः।। आयातु वरदा देवी अक्षरं ब्रह्म सम्मितम्। गायत्रीं छंदसां मा तेदं ब्रह्म जुषस्वमे।। यदह्नात् कुरुतेपापं तदह्नात् प्रति मुच्यते। यद्रात्रियात् कुरुते पापं तद्रात्रियात् प्रति मुच्यते। सर्ववर्णे महादेवि संध्या विद्ये सरस्वति। ओजोसि सहोसि बलमसि भ्राजोसि देवानां धामनामासि। विश्वमसि विश्वायुः सर्वमसि सर्वायुरभिभूरोम्।।

01. गायत्री मावाहयामि 02. सावित्री मावाहयामि
03. सरस्वती मावाहयामि 04. छंदर् षी नावाहयामि,
05. श्रिय मावाहयामि 06. बल मावाहयामि।।

सावित्र्या ऋषिः विश्वामित्रः - देवीगायत्री छंदः सविता देवता गायत्री मंत्रजपे विनियोगः

प्रणवस्यऋषि रभ्रह्म - दैवी गायत्री छंदः - परमात्मादेवता - भूरादि सप्त व्याहृतीनां - अत्रि भृगु कुत्स वसिष्ठ गौतम काश्यप अंगीरस ऋषयः । गायत्र्युष्णि गनुष्टु ब्बृहतीपङ्क्ति त्रीष्टुब्जगत्यः छंदांसि।

अग्निवाय्वक वागीश वरुणेंद्र विश्वे देवा देवताः । सावित्र्या ऋषिः विश्वामित्र देवीगायत्री छन्दः - सविता देवता - गायत्रीशिरसः - ब्रह्मऋषिः - अनुष्टुप् छंदः - परमात्मा देवता - प्राणायामे विनियोगः।। दशप्राणायामं कृत्वा। प्रातः संध्या गायत्री महा मंत्र जपं करिष्ये।

01. ओम् भूः पादाभ्यां नमः (रेंडु चेतुलतो रेंडु पादमुल पैभागमु ताकवलेनु) (चेतुलु कडुगुकोनवलेनु)

02. ओम् भुवः जानुभ्यां नमः (रेंडु चेतुलतो रेंडु मोकाळ्लु ताकवलेनु)

03. ओम् स्वः कटिभ्यां नमः (रेंडु चेतुलतो रेंडु चट्टलु ताकवलेनु)

04. ओम् महाः नाभ्यै नमः (कुडि चेतितो बोड्डुनु ताकवलेनु)

05. ओम् जनः हृदयाय नमः (कुडिचेतितो हृदयमुनु कातवलेनु)

06. ओम् तपः कंठाय नमः (कुडि चेतितो कंठमुनु ताकवलेनु)

07. ओम् सत्यं ललाटाय नमेः (कुडि चेतितो नुदुरुनु ताकवलेनु)

अथ करांगन्यासः

ओम् तत्सवितुः - ब्रह्मात्मने - अंगुष्ठाभ्यां नमः

(रेंडु अरचेतुललो चूपुडु व्रेलितो बोटन व्रेलुनु क्रिंदिनुंडि पैकि ताकवलेनु)

ओम् वरेण्यम् - विष्णवात्मने - तर्जनीभ्यां नमः

(रेंडु अरचेतुललो बोटन व्रेलितो चूपुडु व्रेलुनु क्रिंदिनुंडि पैकि ताकवलेनु)

ओम् भर्गो देवस्य - रुद्रात्मने - मध्यमाभ्यां नमः

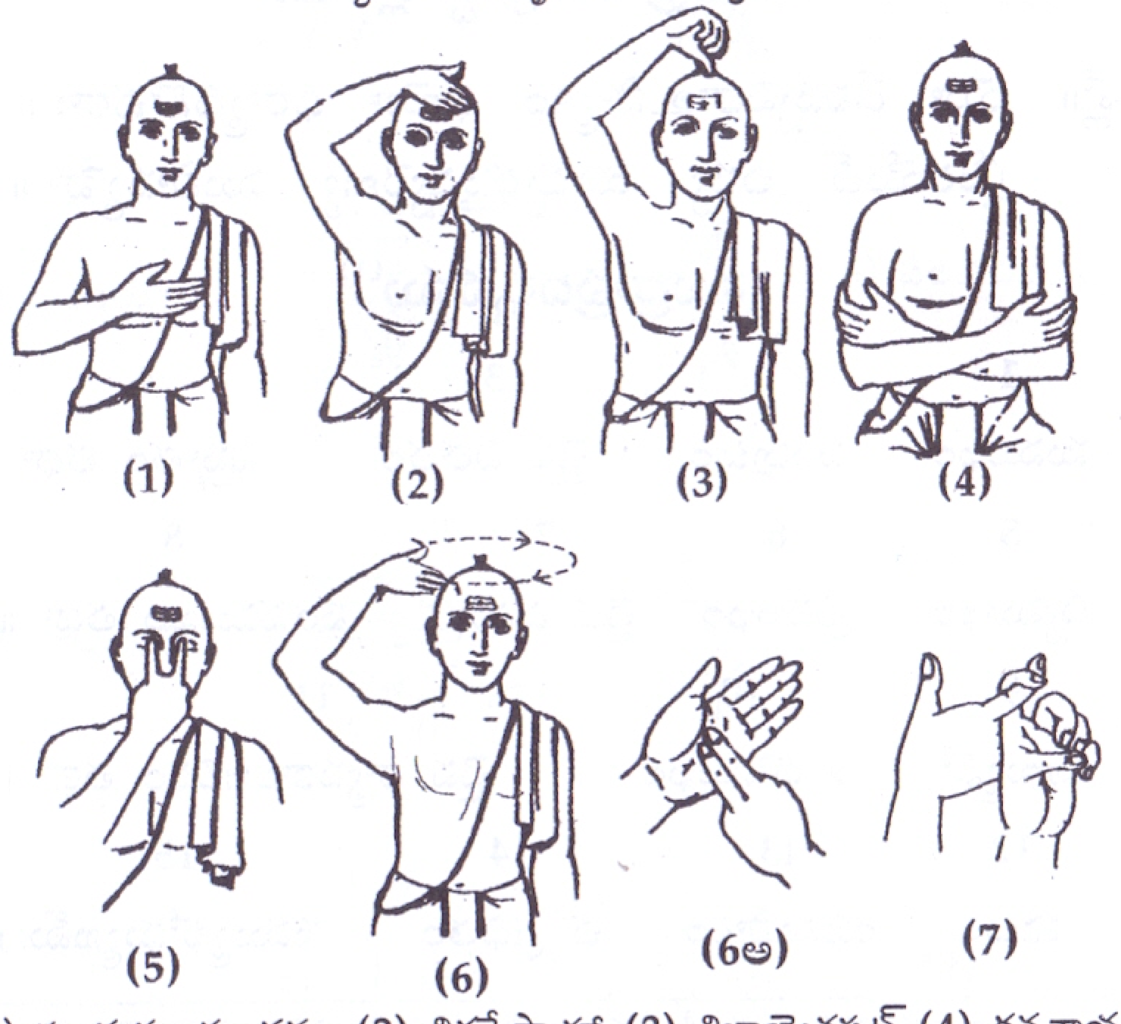
(रेंडु अरचेतुललो बोटन व्रेलितो मध्य व्रेलुनु क्रिंदिनुंडि पैकि ताकवलेनु)

కరన్యాస, అంగన్యాసాది చిత్రములు

కరన్యాసము



అంగన్యాసము (హృదయాదిన్యాసము)



(1) హృదయాయ నమః (2) శిరసేస్వాహా (3) శిఖాయైవషట్ (4) కవచాయ హుమ్ (5) నేత్రత్రయాయ వౌషట్ (6, 6అ) అస్త్రాయఫట్ (7) దిగ్బంధః

ओम् धीमहि - सत्यात्मने - अनामिकाभ्यां नमः

(रेंडु अरचेतुललो बोटन व्रेलितो उंगरपु व्रेलुनु क्रिंदिनुंडि पैकि ताकवलेनु)

ओम् धियो यो नः - ज्ञानात्मने -कनिष्ठि काभ्यां नमः

(रेंडु अरचेतुललो बोटन व्रेलितो चिटिकेन व्रेलुनु क्रिंदिनुंडि पैकि ताकवलेनु)

ओम् प्रचोदयात् -परमात्मने -करतलकरपृष्ठाभ्यां नमः

(कुडिचेति व्रेळ्लतो एडमचेति व्रेळ्ळनु, एडम चेति व्रेळ्ळतो कुडिचेति व्रेळ्ळनु तुडुचुकोनवलेनु)

अथ अंगन्यासः

ओम् तत्सवितुः - ब्रह्मात्मने - हृदयाय नमः

(कुडिचेति व्रेळ्ळतो हृदयमुनु ताकवलेनु)

ओम् वरेण्यम् - विष्णवात्मने - शिरसे स्वाहा

(कुडि चेति व्रेळ्ळतो शिरस्सुनु ताकवलेनु)

ओम् भर्गो देवस्य - रुद्रात्मने - शिखायै वौषट्

(कुडि चेति व्रेळ्ळतो शिखनु ताकवलेनु)

ओम् धीमहि - सत्यात्मने - कवचायहुम् (कुडिचेति व्रेळ्ळतो एडमभुजमुनु एडमचेति व्रेळ्ळतो कुडिभुजमुनु ताकवलेनु)

ओम् धियो यो नः - ज्ञानात्मने- नेत्रत्रयाय वषट्

(कुडिचेति व्रेळ्ळतो कन्नुलनु ताकवलेनु)

ओम् प्रचोदयात् - सर्वात्मने - अस्त्रायफट्

(कुडिचेतिनि शिरस्सु चुट्टुनु त्रिप्पि,एडमचेतिलो कोट्टि शब्दमु चेयवलेनु)

ओम् भूर्भुव स्सुवरो मिति दिग्बंधः।।

1) సుముఖమ్





2) సంపుటమ్

3) వితతమ్





4) విస్తృతమ్

5) ద్విముఖమ్





6) త్రిముఖమ్

7) చతుర్ముఖమ్





8) పంచముఖమ్

9) షణ్ముఖమ్





10) అధోముఖమ్

11) వ్యాప-
కాంజలిమ్





12) శకటమ్

(जपमुनकु मुंदु दिग्बंधः अनि चेप्पालि - मध्यव्रेळ्ळनु रेंटिनि लंकेगा वेसि तनवैपुनकु लागवलेनु)~~(जपानंतरमु दिग्विमोकः अनि चेप्पि रेंडु मध्य व्रेळ्ळनु मेतिकवेसि विप्पि वेयवलेनु)~~

ध्यानम

(रेंडु चेतुलनु जोडिंचि नमस्करिंचुचु गायत्री देविनि ध्यानिंचवलयुनु)

श्लो।। मुक्ता विद्रुम हेमनीलधवळ च्छायै र्मुखैस्त्रीक्षणैः।
युक्तामिंदुकला निबद्ध मकुटां तत्वार्थ वर्णात्मिकाम्।।
गायत्रीं वरदाभयां कुशकशा श्शूलं कपालं गदां।
शंखं चक्र मथारविंद मुकुळं हस्तै र्वहंतीं भजे।।

गायत्री मंत्रार्थ श्लोकमु

श्लो।। योदेव स्सविता स्माकं धियो धर्मादिगोचराः।
प्रेरयेत्तस्य यब्भर्गः तद्वरेण्य मुपास्महे।।

मुद्राः प्रदर्शनमु

सुमुखं(1) संपुटं चैव (2) विततं(3) विस्तृतं तथा(4)
द्विमुखं(5) त्रिमुखं चैव (6) चतुः(7) पंचमुखं तथा(8)
षण्मुखो(9) अधोमुखं चैव(10) व्यापकांजलिकं तथा(11)
शकटं(12) यमपाशं च(13) ग्रधितं(14) शन्मु(म्मु)
खोन्मुखम्(15)।।प्रलंबं(16) मुष्टिकं चैव (17) मत्स्यः(18)
कूर्म(19) वराहकम्(20) सिंहाक्रांतं(21) महाक्रांतं(22)
मुद्गरं(23) पल्लवं तथा(24)।। चतुर्विंशति मुद्रावै
गायत्र्या स्सुप्रतिष्ठिताः।

एते मुद्रा चतुर्विंश द्गायत्र्यां सुप्रतिष्ठिताः।।

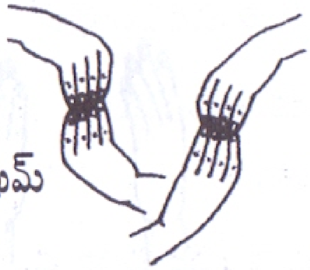
13) యమపాశమ్





14) గ్రథితమ్

15) సమ్ముఖోన్ముఖమ్





16) ప్రలంబమ్

17) ముష్టికమ్





18) మత్స్యః

19) కూర్మః





20) వరాహకమ్

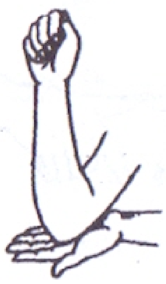
21) సింహాక్రాంతమ్





22) మహాక్రాంతమ్

23) ముద్గరమ్





24) పల్లవమ్

(उदयं संध्योपासनलो दिगुवविधमुगा गायत्री मातनु ध्यानिंपवलयुनु)

प्रातःकालमु ब्रह्मरूपिणियगु गायत्रीमात ध्यानमु

ओम् बालां विध्यांतु गायत्रीं लोहितां चतुराननाम्।
रक्तांबरव्दयोपेतम् अक्षसूत्रकरां तथा।।
कमंडलुधरां देवीं हंसवाहन संथ्सिताम्।
ब्रह्माणीं ब्रह्मदैवत्यां ब्रह्मलोकनिवासिनीम्।।

पंचन्यास पूजा

ओम् लं पृधिवीतत्वात्मने गंधं समर्पयामि
ओम् अं आकाशतत्वात्मने पुष्पं समर्पयामि
ओम् यं वायुतत्वात्मने धूप माघ्रापयामि
ओम् रं तेजस्तत्वात्मने दीपं दर्शयामि
ओम् वं अमृत तत्वात्मने अमृत नैवेद्यं समर्पयामि
ओम् सं सर्वात्मने सर्वोपचार पूजा समर्पयामि

यथोक्त संख्यया गायत्री मंत्र जपंकरिष्ये

गायत्री मंत्रजपमु

“ओम् भूर्भुवः स्वः। तत्स वितुर्वरेण्यं।
भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्।।“

(परब्रह्म स्वरूपमु परिपूर्णमैनदि. अदि सच्चिदानंदस्वरूपमु. स्वयंज्योति स्वरूपमु. अदि सृष्टिस्थितिलयकारकमु. अत्यंत श्रेष्ठमैनदि. अज्ञान मनेडु चीकटिनि रूपुमापुनदि. अट्टि दिव्य तेजस्सु मा बुद्धुलनु सन्मार्गमुन प्रेरेपिंचुगाक! आ

परब्रह्मतेजस्सुनु मेमु ध्यानिंचेदमु) (मा योक्क बुद्धिवृत्तुलनु प्रेरेपिंचु अंतर्यामि यगु ए दिव्य तेजस्सु गलदो, अट्टि तेजस्सुनु, मेमु ध्यानिंचेदमु) (गायत्री मंत्रमुनु108 संख्यकु तक्कुवकाकुंडा जपमु चेयालि. 1008 चेस्ते मरी मंचिदि. यथाशक्तिगा जपं चेयवलेनु. प्रातःकालमु तूर्पु मुखमुगा निलबडि, सायंकालमु पश्चिम मुखमुगा कूर्चुंडि गायत्री जपमु चेयवलेनु. मध्याह्नमु प्राज्मुखमुगा निलबडि लेदा कूर्चुंडियैननु जपिंचवच्चुनु. संध्यलो गायत्री मंत्रमुनु करमाल पै जपिंचुट उत्तममु. जपमाललो केल्ल रुद्राक्षमाल श्रेष्टमु अनि चेप्पबडिनदि) यथाशक्ति गायत्रि महा मंत्र जपं करिष्ये

जपानंतर न्यासः

01. ओम् भूः पादाभ्यां नमः (रेंडु चेतुलतो रेंडु पादमुल पैभागमु ताकवलेनु) (चेतुलु कडुगुकोनवलेनु)

02. ओम् भुवः जानुभ्यां नमः(रेंडु चेतुलतो रेंडु मोकाळ्लु ताकवलेनु)

03. ओम् स्वः कटिभ्यां नमः(रेंडु चेतुलतो रेंडु चट्टलु ताकवलेनु)

04. ओम् महाः नाभ्यै नमः (कुडि चेतितो बोड्डुनु ताकवलेनु)

05. ओम् जनः हृदयाय नमः (कुडिचेतितो हृदयमुनु कातवलेनु)

06. ओम् तपः कंठाय नमः(कुडि चेतितो कंठमुनु ताकवलेनु)

07. ओम् सत्यं ललाटाय नमः (कुडि चेतितो नुदुरुनु ताकवलेनु)

अथ करांगन्यासः

ओम् तत्सवितुः - ब्रह्मात्मने - अंगुष्ठाभ्यां नमः

(रेंडु अरचेतुललो चूपुडु व्रेलितो बोटन व्रेलुनु क्रिंदिनुंडि पैकि ताकवलेनु)

ओम् वरेण्यम् - विष्णवात्मने - तर्जनीभ्यां नमः

(रेंडु अरचेतुललो बोटन व्रेलितो चूपुडु व्रेलुनु क्रिंदिनुंडि पैकि ताकवलेनु)

ओम् भर्गो देवस्य - रुद्रात्मने - मध्यमाभ्यां नमः

(रेंडु अरचेतुललो बोटन व्रेलितो मध्य व्रेलुनु क्रिंदिनुंडि पैकि ताकवलेनु)

ओम् धीमहि - सत्यात्मने - अनामिकाभ्यां नमः

(रेंडु अरचेतुललो बोटन व्रेलितो उंगरपु व्रेलुनु क्रिंदिनुंडि पैकि ताकवलेनु)

ओम् धियो यो नः - ज्ञानात्मने -कनिष्ठि काभ्यां नमः

(रेंडु अरचेतुललो बोटन व्रेलितो चिटिकेन व्रेलुनु क्रिंदिनुंडि पैकि ताकवलेनु)

ओम् प्रचोदयात् -परमात्मने -करतलकरपृष्ठाभ्यां नमः

(कुडिचेति व्रेळ्लतो एडमचेति व्रेळ्ळनु, एडम चेति व्रेळ्ळतो कुडिचेति व्रेळ्ळनु तुडुचुकोनवलेनु)

अथ अंगन्यासः

ओम् तत्सवितुः - ब्रह्मात्मने - हृदयाय नमः

(कुडिचेति व्रेळ्ळतो हृदयमुनु ताकवलेनु)

ओम् वरेण्यम् - विष्णवात्मने - शिरसे स्वाहा

(कुडि चेति व्रेळ्ळतो शिरस्सुनु ताकवलेनु)

ओम् भर्गो देवस्य - रुद्रात्मने - शिखायै वौषट्

(कुडि चेति व्रेळ्ळतो शिखनु ताकवलेनु)

ओम् धीमहि - सत्यात्मने श्रोत्राय - कवचायहुम्

(कुडिचेति व्रेळ्ळतो एडमभुजमुनु एडमचेति व्रेळ्ळतो कुडिभुजमुनु ताकवलेनु)

ओम् धियो यो नः - ज्ञानात्मने- नेत्रत्रयाय वषट्

(कुडिचेति व्रेळ्ळतो कन्नुलनु ताकवलेनु)

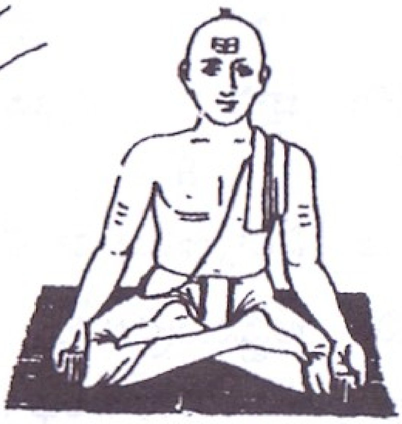
ओम् प्रचोदयात् - सर्वात्मने - अस्त्रायफट्

(कुडिचेतिनि शिरस्सु चुट्टुनु त्रिप्पि, एडमचेतिलो कोट्टि शब्दमु चेयवलेनु)

1) సురభిః

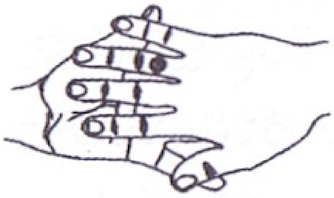






2) జ్ఞానమ్ 3) వైరాగ్యమ్

3) చక్రమ్



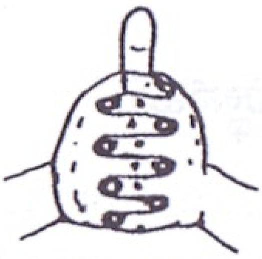






4) యోనిః 5) కూర్మః 5) శంఖః







8) నిర్వ్యాణమ్ (నిర్వాణమ్)

6) పంకజమ్ 7) లింగమ్

---

1. అష్టముద్రలను గురించిన వివరణ శ్లోకమునకు పాఠాంతరము కలదు. దానిని అనుసరించి 3వ, 5వ, ముద్రలు వేరు-వేరుగా రెండేసి ముద్రలు చూపబడినవి. తమ పాఠమును అనుసరించి ఇందలి ముద్రలను గ్రహింపగలరు.

ओम् भूर्भव स्सुवरो मिति दिग्विमोकः।।

~~(जपमुनकु मुंदु दिग्भंधः अनि चेप्पालि. मध्य व्रेळ्ळनु रेंटिनि लंकेगावेसि तनवैपुनकु तागवलेनु)~~ (जपांनंतरमु दिग्विमोकः अनि चेप्पि रेंडु मध्य व्रेळ्ळनु मेलिकवेसि विप्पिवेयवलेनु)

।। ओम् तत्सद्ब्रह्मार्वणमस्तु ।।

ध्यानम्

श्लो।। मुक्ता विद्रुम हेमनीलधवळ च्छायै र्मुखैस्त्रीक्षणैः।
युक्तामिंदुकला निबद्ध मकुटां तत्वार्थ वर्णात्मिकाम्।।
गायत्रीं वरदाभयां कुशकशा श्शूलं कपालं गदां।
शंखं चक्र मुथारविंद मुकुळं हस्तै र्वहंतीं भजे।।

गायत्री मंत्रार्थ श्लोकमु

श्लो।। योदेव स्सवितास्माकं धियो धर्माधिगोचराः।
प्रेरयेत् तस्य यद्भर्गः तद्वरेण्य मुपास्महे।।

उत्तरमुद्राः

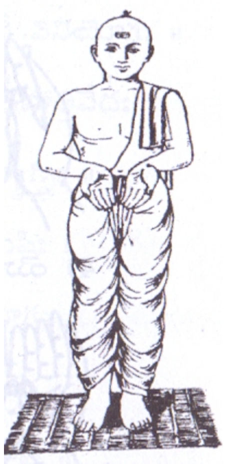
सुरभिः(1) ज्ञान(2) चक्रं च (3) योनिः(4) कूर्मोथ(5) पंकजम्(6) लिंगं(7) निर्याण(8) मुद्राचे त्यष्टमुद्राः प्रकीर्तिताः।। लमित्यादि पंचपूजांचकुर्यात्

(अनि अष्टमुद्रलनु प्रदर्शिंचवलेनु)

अनेन प्रातः संध्यांग गायत्री मंत्रजपेन सर्वांतर्यामी परमेश्वरः प्रीणातु-न मम।तत्सत् परब्रह्मार्पणमस्तु।।

(अनि तामु चेसिन गायत्री मंत्र जपमुनु ईश्वरार्पण बुद्धितो नीटिनि चेतिलो पोसिकोनि देवतीर्थमु द्वारा (व्रेळ्ळचिवरल नुंडि) पळ्ळेमुलो जलमुनु विडुववलयुनु)

प्रातःकाल सूर्योपस्थानमु:



((उपस्थानमु अनगा, स्थान नियममुतो कूडिन प्रार्थनमु)।
सूर्याभिमुखमुगा निलबडि चेतुलु जोडिंचुकोनि ई क्रिंदि मंत्रमुतो
प्रातःकाल सूर्योपस्थानमुनु पठिंपवलेनु)

मित्रस्य चर्षणी द्रुत इति चतसृणां मंत्राणाम्।

गाधिपुत्रो विश्वामित्र ऋषिः मित्रो देवता।

गायत्रि छंदः। मित्रोप (सूर्योप) स्थाने विनियोगः

ओम् मित्रस्य चष्रणीद्दतो वोदेवस्यसानसि।

द्युम्नं चित्रश्रवस्तमम्।

अभियोमहिना दिवं मित्रो बभूव सप्रथाः।

अभिश्रवोभि पृथिवीं।

मित्राय पंचये मिरेजना अभिष्टिशवसे।

सदेवाव्निव्शाब्निभर्ति।

मित्रो देवेव्षायुषु जनाय वृक्त बर्हिषे। इश इश्ट व्रता अकः।

जातवेदस इत्यस्य सूक्तस्य मरीचिपुत्रः कश्यपऋषिः - जातवेदाग्निर्र दुर्गादेवता - त्रिष्ठुप् छंदः प्रातस्संध्योपस्थाने विनियोगः.

जातवेदसे सुनवामसोम मरातीयतोनिदहातिवेदः सनः पर्षदति दुर्गाणि विश्वानावेव सिंधुं दुरितात्यग्निः।। तच्छंयो रा वृणीमहे गातुं यज्ञाय गातुं यज्ञपतये दैवी स्वस्तिरस्तुनःस्वस्तिर्मा नुषेभ्यः ऊर्ध्वम जिगातु भेषजम्। शन्नो अस्तु द्विपदे शं चतुष्पदे। ओम् नमो ब्रह्मणे नमो अस्त्वग्नये नमः पृधिव्यै नम ओषधीभ्यः नमोवाचे नमो वाचस्पतये नमो विष्णवे महाते करोमि।। ओम् शांति श्शांति श्शांतिः।।

(कूर्चुनि) **प्राणानायम्य**

ओम् भूः - ओम् भुवः - ओम् सुवः - ओम् महः - ओम् जनः - ओम् तपः - ओम् सत्यं - ओम् तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् - ओमापो ज्योतीरसोमृतं ब्रह्म भूर्भवस्सुवरोम्।। प्रातः संध्योपस्थानं करिष्ये।।

(नीटिनि पळ्ळेमुलो विडुववलेनु)

(निलबडि) **गायत्री प्रस्थान प्रार्थन**

उत्तमे शिखरे देवी भूम्यां पर्वतमूर्धनि।
ब्राह्मणेभ्योह्यनुज्ञाता गच्छं देवि यथा सुखम्।।

गुह्याति गुह्य गोप्त्पी त्वं गृहाणास्मत् कृतं जपम्

सिद्धिर्बवतु मे देवी त्वत् प्रसादात् सुरेश्वरि।।

स्तुतो मया वरदा वेदमाता प्रचोदयन्ती पवने द्विजाता

आयुः पृथिव्यां द्रविणं ब्रह्मवर्चनं

मह्यं दत्वा प्रयातुं प्रह्मलोकम्।।

प्रातःकाल दिग्देवता नमस्कारमु.

(दिगुव मंत्रमुलनु पठिंचुचु ओक्कोक्क दिक्कुनगल देवतलकु नमस्करिंपवलेनु)

ओम् नमः प्राच्यै (तूर्पु) दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसंत्येताभ्यश्च नमः

ओम् नमो दक्षिणायै (दक्षिणं) दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसंत्येताभ्यश्च नमः

ओम् नमः प्रतीच्चै (पडमर) दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसंत्येताभ्यश्च नमः

ओम् नम उदीच्यै (उत्तरं) दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसंत्येताभ्यश्च नमः

ओम् नम ऊर्ध्वायै (पैकि) दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसंत्येताभ्यश्च नमः

ओम् नमो अधरायै (क्रिंदिकि) दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसंत्येताभ्यश्च नमः

ओम् नमो अवांतरायै (पैन चुट्टु) दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसंत्येताभ्यश्च नमः

ओम् नमो अंतरिक्षायै (पैन चुट्टु) दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसंत्येताभ्यश्च नमः

ऋषि देवतादि नमस्कारमु -

(इति सूर्याभि मुख ऋषि नमस्कृत्यः)

ओम् नमो गंगा यमुन यो र्मध्ये येवसंति-
तेमे प्रसन्नात्मानः चिरंजीवितं वर्धयंति।
ओम् नमो गंगा यमुनयो र्मुनिभ्यश्च नमः

01. ओम् संध्यायै नमः, 02. ओम् सावित्र्यै नमः, 03. ओम् गायत्र्यै नमः, 04. ओम् सरस्वत्यै नमः, 05. ओम् सर्वाभ्यो देवताभ्यो नमः, 06. ओम् देवेभ्यो नमः, 07. ओम् ऋषिभ्यो नमः, 08. ओम् मुनिभ्यो नमः, 09. ओम् गुरुभ्यो नमः, 10. ओम् मातृभ्यो नमः, 11. ओम् पितृभ्यो नमः, 12. ओम् कामोकार्शी न्मन्युर कारषीन् न्नमो नमः

ओम् पृथि व्याप स्तेजो वायु राकाशात्।

ओम् नमो भगवते वासु देवाय।
याग् म सदा सर्वभूतानि चराणि स्थावराणिच।
सायं प्रातर्नमस्यंति सामा संध्याभिरक्षतु.।।

देवतास्मरणमु

शिवाय विष्णरूपाय शिवरूपाय विष्णवे।
शिवस्य हृदयं विष्णु र्विष्णोश्च हृदयग् म शिवः।।
यथाशिव मयोविष्णु रेवंविष्णुमयश्शिवः।
यथांतरं न पश्यामि तथा मे स्वस्तिरायुषि।।
ब्रह्मण्यो देवकी पुत्रो ब्रह्मण्यो गरुडध्वजः।
ब्रह्मण्यः पुंडरीकाक्षो ब्रह्मण्यो मधुसूदनः।।
नमो ब्रह्मण्य देवाय गो ब्राह्मण हितायच।
जगद्धिताय कृष्णाय श्रीगोविंदाय नमो नमः।।
क्षीरेणस्नापितादेवि चंदनेन विलेपिते।
बिल्वपत्रार्चिते देवि त्वामहंशरणंगतः।।

नारायण नमस्कृति

नमो स्थ्वनन्ताय सहस्र मूर्तये
सहस्रपादाक्षि शिरोरुबाहवे।
सहस्र नाम्ने पुरुषाय शाश्वते
सहस्र कोटि युगधारिणे नमः
भद्रन्नो अभिवादय नमः।

भूम्याकाशाभि (पितृ मातृ) वंदनमु

इदं द्यावापृथिवी सत्य मस्तु पित र्मात र्यदि हो पब्रुवे वाम्।
भूतं देवानां अवमे अवोभिः विद्या मेषं वृजिनं जीरदानुम्।।

आकाशात् पतितं तोयं यथा गच्छति सागरम्।
सर्व देव नमस्कारः केशवं प्रति गच्छतिः।
श्रीकेशवं प्रतिगच्छत्योन्नमइति।।
सर्व वेदेषु यत्पुण्यं सर्व तीर्थेषु यत्फलम्।
तत्फलं (पुरुष आपोन्ति) समवापोन्ति
स्तुत्वा देवं जनार्दनम्
वासनाद्वासुदेवस्य वासितं ते जगत्रयम्।
सर्वभूत निवासोसि वासुदेव नमोस्तुते।।

अभिवादनमु

(एडमचेति चूपुडु व्रेलु, मध्य व्रेलुतो कुडि चेवि तम्मेनु, कुडिचेति चूपुडु व्रेलु, मध्यव्रेलितो एडम चेवि तम्मेनु पट्टुकोनवलेनु. कुडिचेयि पैकि उंडवलेनु. ई क्रिंदि विधमुगा तम, तम गोत्र प्रवर, नामादिकमुलनु चेप्पुकोनि रेंडु चेतुलु जोडिंचि अभिवादनमु चेयवलयुनु)

“चतुस्सारग पर्यन्तं गो ब्राह्मणेभ्यः शुभं भवतु (एक, द्वि, त्रि, पंच, सप्त . . . .(उदा- आत्रेयस, आर्चनानस, श्यावास्य त्रियाऋषीय) आर्षेय प्रवरान्वित . . . . (उदा-आत्रेयस) स गोत्रः आपस्तंब (आश्वलायन) सूत्रः ऋक् शाखाध्यायी श्री . . . . (पेरू (नाम)) शर्मान् अहं भो अभिवादये।।“

(कूर्चुनि) ।। आचम्य ।।

ओम् केशवाय स्वाहा, ओम् नारायणाय स्वाहा, ओम् माधवाय स्वाहा, ओम् गोविन्दाय नमः, ओम् विष्णवे नमः, ओम् मधुसूदनाय नमः, ओम् त्रिविक्रमाय नमः, ओम् वामनाय नमः, ओम् श्रीधराय नमः, ओम् हृषीकेशाय नमः, ओम् पद्मनाभाय नमः, ओम् दामोदराय नमः, ओम् संघर्षणाय नमः, ओम् वासुदेवाय नमः, ओम् प्रध्झुम्नाय नमः, ओम् अनिरुध्दाय नमः, ओम् पुरुषोत्तमाय नमः, ओम् अथोक्षजाय नमः, ओम् नारसिंहाय नमः, ओम् अच्युताय नमः, ओम् जनार्दनाय नमः, ओम् उपेन्द्राय नमः, ओम् हरये नमः, ओम् श्री कृष्णाय नमः, ओम् श्री कृष्ण परब्रह्मणे नमः।

समर्पणमु - (कुडिचेतिलो जलमुनुंचुकोनि ई क्रिंदि श्लोकमुनु पठिंचि ईश्वरार्पणमुगा पळ्ळेमुलो नीटिनि वदलिवेयवलेनु)

श्लो।। यस्यस्मृत्याच नामोक्त्या तपस्संध्या क्रियादिषु।
न्यूनं संपूर्णतां याति सद्यो वंदे तमच्युतम्।।

श्लो।। मंत्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं जनार्दन।
यत्कृतं तु मया देव परिपूर्णं तदस्तुते।।

अनेन प्रातः संध्यावंदनेन भगवान् सर्वात्मकः तत्सर्वं श्री वासुदेवः प्रीणातु. (अनुचु जलमुनु पळ्ळेमुलो वदलवलेनु)

श्लो।। अब्रह्मलोकादाशेषात् आलोक लोक पर्वतात्।
येव संति द्विजा देवाः तेभ्यो नित्यं नमो नमः

कायेन वाचा मनसेंद्रयैर्वा
बुद्ध्यात्मनावा प्रकृतेः स्वभावात्।
करोमि यद्यत् सकलं परस्मै
नारायणायेति समर्पयामि।।

।।ओम् तत्सत् सर्वं श्री परब्रह्मार्पणमस्तु।।

मध्ये मध्ये मंत्र तंत्र स्वर वर्ण लोप दोष
प्रायश्चितार्थं विष्णोर्नामत्रय मंत्रजपं करिष्ये।

केशवायनमः, नारायणायनमः, माधवायनमः।

केशव नारायण माधव केशव नारायण माधवेभ्यो नमः अद्यानो देव सवितः प्रजा वत्सावी, स्सौभगं, परा दुष्वप्न्यं सुव। विश्वानि देव सवित धुरितानि परासुव, यद्भद्रं तन्न असुव।।

(कूर्चुन्न स्थलमंदु उदक प्रोक्षणमुनु चेसि उंगरपु व्रेलितो नोसट रक्षाधारण चेसुकोनवलेनु)

- - ओम् तत्सद्ब्रह्मार्पणमस्तु - -

इति ऋग्वेदीय प्रातः संध्योपासनम् समाप्तम्।

भगवद् भक्ति भावमु लेकुंडा चेसेडि निश्कामकर्म शोभिंचदु. अट्ले भक्तिविना अपारमैन शास्त्रज्ञानमु संपादिंचिननु अदि राणिंचदु. कावुन काम्यकर्मलु भक्ति संभरितमुलैनप्पुडे अवि शुभप्रदमुलु, मुक्ति कारकमुलु अगुनु. ओकवेळ कोरिक लेकुंडा (निष्काम्य) कर्मलनु आचरिंचिननु अवि भगवदर्पितमुलुगा जरिगिनप्पुडे लक्ष्यमु सिद्धिंचुनु. कनुकने संधत्योपासनमु इत्यादि नित्यकर्मलु चेयुनप्पुडु मुंदुगा संकल्पंलो - परमेश्वर मुद्दिश्य, परमेश्वर प्रीत्यर्थं अनीयु मुगिंचुनप्पुडु कायेन वाचा मनसेंद्रियैर्वा.... अनु श्लोकमु विधिगा चेप्पवलयुननि चेर्चबडिनदि. तद्द्वारा मनं चेसे कर्मलन्नी मनकु तेलियकुंडाने पवित्रमुलै, शुभप्रदमुलगुचुन्नवि. लोक कळ्ळाणमुनकु हेतुवुलु अगुचुन्नदि. इदिये मन सनातन ऋषि संप्रदायमुलो दागियुन्न गोप्पदनमु.)

- - - ओम् ओम् ओम् - - -

- - - - -

आदित्य हृदयम्

ततो युद्ध परिश्रांतं समरे चिंत या स्थितम्।
रावणं चाग्रतो दृश्टवा युद्धाय समुपस्थितम्। ।1।।
दैव तैश्य समागम्य द्रष्टयो णभ्याग तोरणम।
उपागम्याब्रवीद्रामा मगस्त्यो भगवान ऋषिः। ।2।।
राम राम महाबाहो शृणु गुह्यं सनातनम।
येन सर्वा नरीन् वत्स समरे विजयिष्यसि। ।3।।
आदित्यहृदयं पुण्यं सर्वशत्रुविनाशनं।
जयावहं जपेन्नित्य मक्षय्यं परमं शिवम्। ।4।।
सर्रमंगळ मांगळ्यं सर्वपाप प्रणाशनं।
चिंताशोक प्रशमन मायुर्वर्धन मुत्तमम्। ।5।।
रश्मिमंतं शमिद्यंतं देवासुर नमस्कृतं।
पूजयस्व विवस्वंतं भास्करं भुवनेश्वरम्। ।6।।
सर्वदेवात्मको ह्येष तेजस्वी रश्मिभावनः।
एष देवासुर गणान् लोकान् पाति गभस्तिभिः। ।7।।
एष ब्रह्मच विष्णुश्च शिवस्कंदः प्रजापतिः।
महेंद्रो धनदः कालो यमस्सोमो ह्यपांपतिः। ।8।।
पितरो वसवस्साध्या ह्यश्विनौ मरुतो मनुः।
वायुर्वह्निः प्रजाप्राणा ऋतुकर्ता प्रभाकरः। ।9।।

आदित्य स्सविता सूर्यः खगः पूषा गभस्तिमान्।
सुवर्ण सदृशो भानुः स्वर्णरेता दिवाकरः। ।10।।
हरिदश्व स्सहस्रार्चि स्सप्तसप्ति र्मरीचिमान्।
तिमिरो न्मथनश्शंभु स्त्वस्त्षा मार्तांड अंशुमान।।11।।
हिरण्य गर्भः शिशिरस्तपनो भास्करो रविः।
अग्निगर्भो दितें पुत्रः शंख श्शिशिरनाशनः। ।12।।
व्योमनाथस्तमोभेदी ऋग्यजुस्सामपारगः।
घनवृष्टि रपांमित्रो विंध्यवीथी प्लवंगमः। ।13।।
अतपी मंडली मृत्युः पिंगळ स्सर्वतापनः।
कविर्विश्वो महातेजा रक्तः स्सर्व भवोद्भवः।।14।।
नक्षत्र ग्रहताराणा मदिपो विश्वभावनः।
तेजसामपि तेजस्वि द्वादशात्म न्नमोस्तुते।।15।।
नमःपूर्वाय गिरये पश्चिमे गिरये नमः।
ज्योतिर्गणानां पतये दिनाथिपतये नमः।।16।।
जयाय जयभद्राय हर्यश्वाय नमो नमः।
नमो नमः स्सहस्रांशो आदित्याय नमो नमः।।17।।
नम उग्राय वीराय सारंगाय नमो नमः।
नमः पद्मप्रबोधाय मार्तांडाय नमो नमः।।18।।

ब्रह्मेशानाच्युतेशाय सूर्यायादित्यवर्चसे।
भास्वते सर्वभक्षाय रौद्राय वपुषे नमः।।19।।
तमोघ्नाय हिसघ्नाय शत्रुघ्यायामितात्मने।
कृतघ्नघ्नाय देवाय ज्योतिषां पतये नमः।।20।।
तप्तचामी कराभाया वह्नये विश्वकर्मणे।
नमस्तमोभि निघ्नाय रुचये लोकसाक्षिणे।।21।।
नाशयत्येष वै भूतं त देव सृजति प्रभुः।
पायत्येष तपत्येष वर्ष त्येष गभस्तिभिः।।22।।
एष सुप्तेषु जागर्ति भूतेषु परिनिष्ठितः।
एष चैवाग्निहोत्रं च फलंचैवाग्नि होत्रिणाम्।।23।।
वेदाश्च क्रतवश्चैव क्रतूनां, फलमेव च।
यानिकृत्यानि लोकेषु सर्व एष वरिः प्रभुः।।24।।
एनमापत्सु कृच्चेषु कांतारेषु भयेषु च।
कीर्तयन् पुरुषः कश्चिन्नावसीदति राघव।।25।।
पूजयस्वैनमेकाग्रो देवदेवं जगत्पतिम।
एतत्ति गुणितं जप्त्वा युद्धेषु विजयिष्यसि।।26।।
अस्मिन क्षणे महाबाहो रावणं त्वं वधिष्यसि।
एवमुक्त्वा तदागस्यो जगाम च यथागतम।।27।।

एतच्चृत्वा महातेजा नष्टशोको भवत्तदा।
धारयामास सुप्रीतो राघवः प्रयतात्मवान्।।28।।
आदित्यं प्रेक्ष्य जप्त्वातू परं हर्षमवाप्तवान्।
त्रिराचम्य शुर्चिभूत्वा धनुरादाय वीर्यवान।।29।।
रावाणं प्रेक्ष्य हृष्टात्मा युद्धाय समुपागमत।
सर्वयत्नेन महता वधे तत्य द्दतो भवत्।।30।।

अथरविरवदन् न्निरीक्ष्य रामं मुदितमनाः परमं
प्रहृष्यमाणः। निशिचरपति संक्षयं विदित्वा
सुरगणमध्यगतो वचत्स्वरेति।।31।।

....

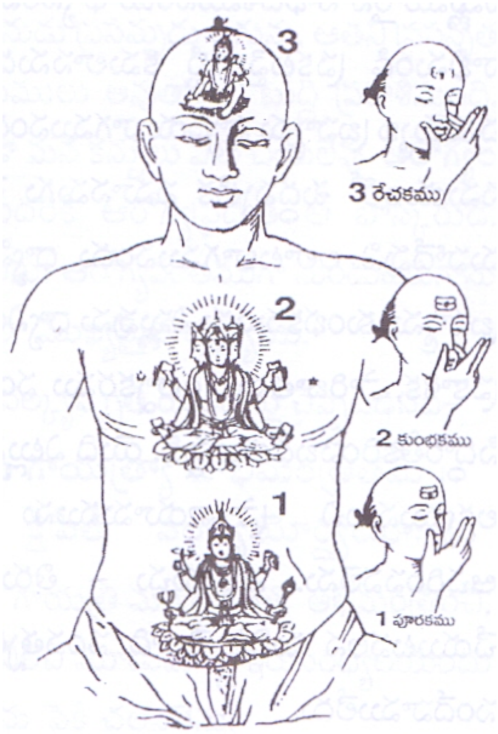
Contd...2 (**कोन्नि नियममुलु - सूचनलु**)नडुम वेनुक भागमु इरुवैपुल धरिंचवलेनु. सायंकालमु तडुपक पोडि विभूतिनि धरिंचवलेनु.

05. **कुंकुमधारण** - शेलो।। सर्वमंगळ मांगळ्ये, शिवे सर्वार्थसाधके। शरण्ये त्रियंबके देवि नारायणि नमोस्तुते।। अनि पठिंचुचु नुदुट नुंचुकोनवलेनु.

06. **मडि वस्त्रमु** - उदिकि आरवेसिन मडि वश्त्रमुनु गानि, धावळी गानि, पट्टुबट्ट गानि धरिंचवलेनु. (वीनितो भोजनमु चेयरादु). (धावळी, पट्टु वस्त्रमुलनु मुम्मारु विदलिंचि धरिंचवलेनु) - सायंकालमु उदिकिन वस्त्रमु चालुनु.

07. **सुखासनमु** - 01) संथ्यावंदनमु चेयुनप्पुडु नेलपै कूर्चोनरादु. पीटवेसुकोनि, दर्भासनमु, लेदा चित्रासनमुललो ओकटि परचुकोनि सुखासीनुडगुट उत्तममु. 02) इंटियंदु, दैवस्थानमैन ईशान्य मूल उदयमु, मध्याह्नमुलंदु तूर्पुमुखमुगनु, सायंकालमुनंदु पडमट लेदा उत्तर मुखमुगनु सार्युनिकि अभिमुखमुगा कूर्चंडवलेनु.

08. **संथ्यावंदन समय निर्णयमु** - उदयमुनंदु नक्षत्रमुलुंडगने, सायंत्रमुन नक्षत्रमुलु कन्पिंपकपूर्वमु, मध्याह्नमु गं11-30 नुंडि 1.00 मध्य संथ्यावंदनमुनकु तगिन समयमु.



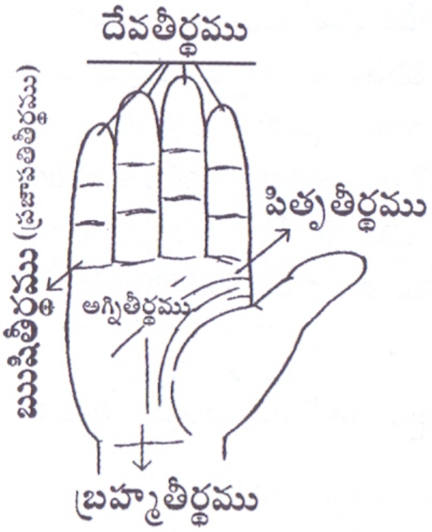
09. **प्राणायाममु** - मुंदुगा वेन्नु, कंठमु, शिरस्सु मूडिंटिनि निटारुगाएकदंडमु वले निलिपि कूर्चुंडवलेनु. अनंदरमु कुडिचेति अंगुश्ठमु(बोटनव्रेलि)तो कुडिमुक्कुनु मूसि, एडम मुक्कु द्वारा नेम्मदिगा गालि पील्चुचू पूराकमु चेयवलेनु. लेदा प्राणायाम मंत्रमुनु ध्यानपूर्वकंगा मलस्सुतो मूडुमार्लु चदुवुचू पूरकमु चेयवलेनु.

प्रारंभसाधकुलु मात्रमु मोदट्लो ओक पर्यायमु मंत्रमुतो गालि पील्चुटनु प्रारंभिंचि नेम्मदि नेम्मदिगा मूडु पर्यायमुल वरकू पेंचवलेनु. तर्वात अनामिक, कनिष्ठिक व्रेळ्ळतो एडम मुक्कु रंध्रमुनु मुसि उंचवलेनु. इप्पुडु मानसिकमुगा प्राणायाम मंत्रमुनु मूडुमार्लु पठिंचवलेनु. रेंडु मुक्कु रंध्रमुलु मूयबडि श्वासनु निलिपि उंचुटनु कुंभकमु अंदुरु. अनंतरमु कुडि मुक्कुनु मूसि उंचिन बोडनव्रेलुनु तोलगिंचि, नेम्मदि नेम्मदिगा ओकमारु प्राणायाम

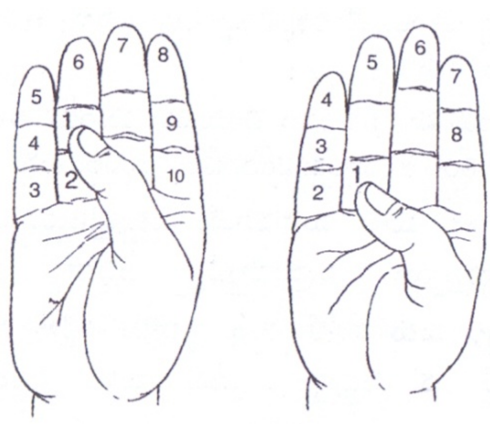
मंत्रमुनु मानसिकमुगा चेप्पुचू श्वासनु वदिलिपेट्ट वलेनु. श्वासनु वदलिपेट्टु क्रियमु रेचकमु अनि अंदुरु. पूरकमु, कुंभकमु, रेचकमु अनु मूड्डु कर्मलनु ओकसारि चेयुटनु ओक प्राणायाममनि अंदुरु. मंत्रयुक्तमुगा पूरकमु चेयुनप्पुड्डु श्यामसुंदरुडगु चतुर्भुज विष्णुमूर्तिनि नाभिदेशमुनंदु. कुंभक समयंलो श्रीहरि नाभिनुंडि प्रकटमैनट्टि अरुणगौर मिश्रित वर्णमुगल चतुर्मुख ब्रह्मनु हृदय भागमुनंदु, रेचकक्रिय जरुगु समयंलो शुद्धस्फटिक समानमगु श्वेतवर्णमुगलिगिन त्रिनेत्रुनि ललाटभागमुवंदु ध्यानिंपवलेननि चेप्पुदुरु.

10. **अर्घ्यप्रधानमु** - उदयमु नदियंदु, लेदा तटाकमुनंदु संध्यावार्चुट श्रेयस्करमु. अट्टि समयमुलंदु बोड्डुवरकु नीटियंदु निलबडि अर्घ्यमु नीयवलेनु. इंटिलो संध्य वार्चुनपुड्डु ओक पळ्ळेमुलो अर्घ्य जलमुनु वदलवलेनु. - सायंकालमु नंदु निलबडि अर्घ्य मुनीयरादु. कूर्चोनि अर्घ्यमु विडुववलेनु. नीटिलोगानि, पळ्ळेमुलोगानि अर्घ्यमु विडुवरादु. नेलपैन (तोक्कनि प्रदेशमु), रातिपैन तडिगड्डपैननु वदलवलेनु.

11. **आचमनमु** - कुडिचेति बोटनव्रेलुनु नडिमि व्रेलि मोदटिकि तगुलुनट्लुगा वंचि, दानिमीदिकि चूपुड्डु व्रेलुनु वंचि पट्टिनचो गोकर्णाकृतिगा एर्पड्डु अरचेतिलो मिनपगिंज मुनुगुनंत परिमाणमुलो उद्धरिणेतो नीटिनि पोसिकोनि, मुम्मारु पुच्चुकोनवलेनु. आचमिंचुनपुड्डु जुर्रुकोनुनट्लु शब्दमुगाकुंडा पुच्चुकोनुटये आचमनमु. द्वजुड्डु पवित्रस्थलमुनंदु आसनमुपै कूर्चोनि उत्तराभिमुखुडै लेदा पूर्वाभिमुखुडै रेंड्डु चेतुलनु जानुवु (मोकालु) लोपलि वैपु नुंचुकोनि कुडि अरचेतितो ब्रह्मतीर्थमु द्वारा आचमिंपवलेनु.



12. **हस्तमुनंदलि तीर्थस्थानमुलु** - आचमुनमुनकु ब्रह्मतीर्थमुनु, देवतर्पणमुनकु मरियु संध्यार्घ्य तर्पणमुलकु देवतीर्थमुनु, पितृतर्पणमुनकु पतृ तीर्थमुनु, ऋषितर्पणमुनकु प्रजापति (ऋषि) तीर्थमुनु विनियोगिंचवलयुनु. मोदट अग्नितीर्थस्थानमु जलमुनुंचि आ या हस्तभागमुल मीदुगा संबंधित तर्पणमुलनु विडुववलयुनु.



చిత్రము - 1 చిత్రము - 2

13. जपमु - 1. मानसिकमु (नालुक, पेदवुलु कदलकुंडा मौनंगा लोलोपले चेयुट) 2. उपांशुवु (बयटकु, इतरुलकु विनिपिंचकुंडा पेदपुलु कदुलुतू नालुकतो जपिंचुट) 3. वाचिकमु (बयटकु विनिपिंचुनट्लुगा चेप्पुचू चेयु जपमु). वाचिकमु कंटे उपांशुवु श्रेष्ठमु. जपमुनु करमालतो लेदा रुद्राक्षमालतो चेयवलेनु. करमालतो 1 नुंडि 10 वरकु 10 नुंडि 1 वरकु लेक्किंपवलेनु. रूद्राक्षमालतो कूडा सुमेरुवु(मद्य रुद्राकश्र) दाटि मुंदुकु लेक्किंचरादु. सुमेरुवु नुंडि तिरिगि वेनुककु लेक्किंचवलेनु. लेक्किंचुनपुडु चेतिनि लेदा जपमालनु वस्त्रमुतो मूसियुंचवलेनु. गायत्री मंत्रमुनु करमाल द्वारा जपिंचुट मंचिदनि चेप्पबडिनदि.

14. जात, मृतादुल (पुरुडु, मैलु) कालमुललो अर्घ्यप्रदानमुवरकु मंत्रोच्चारण पूर्वकमुगचेसि, गायत्री जपमुनु, सूर्योपस्थानमुनु मात्रमु मानसिकमुग सलुपवलयुननि अनेक स्मृतिवचमुलु.

15. शुभ, अशुभ संबंधमैन ए कार्यक्रममुलैननु उदयमुन संध्यावंदनमु चेसिन पिम्मटले नेरवेर्चवलयुनु.

16. परिषेचनमु - नीरु कुडिचेतिलोनिकि तीसुकोनि अरचेयि पैकिबट्टि नीटिनि भोजनपात्रयंदलि पदार्थमुलपै चल्लुचु. . . . . ओम् भूर्भुवस्सुवः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदिवस्य धीमहि धियोयोनः प्रचोदयात्।।. . . . अनि चेप्पवलेनु. सत्यं त्वर्तेन परिषिंचामि अनि चेतिलोनि नीटिनि सव्यमुगा पात्रकु चुट्टुनु धारपडुनट्लु एडमवैपुनुंडि कुडिवैपुकु त्रिप्पवलेनु (रात्रिपूट **ऋतंत्वा सत्येन परिषिंचामि** अनि चेप्पवलेनु). मरल नूटिनि चेतिलोनिकि तीसुकोनि अमृतमस्सु अनि लोनिकि पुच्चुकोनवलेनु.

अमृतोपस्तरणमसि अनि चेप्पचू एडमचेति मध्य व्रेलुनु भोजनपात्रपै ताकिंचि पट्टि ओम् प्राणाय स्वाहा, **ओम् अपानाय स्वाहा, ओम् व्यानाय स्वाहा, ओम् उदानाय स्वाहा, ओम् समानायस्वाहा** अनु चेप्पचु बोडनव्रेलु, मध्यव्रेलुनु चेर्चि रेंडु मूडु मेतुकुलु वंतुन ऐदु मार्लु लोटियंदु वेसिकोनि, प्राणाहुतुलनु (अन्नमुपै 5 चोट्ल तीसिकोनुचु) नमलकुंड चप्परिंचि म्रिंगवलेनु. एडम चेति व्रेलुनु नीटिकि ताकिंचि

शुभ्रपरचुकोनवलेनु. **भोजनानंतरमु** . . . कुडिचेतिलोनिकि नीरुतीसिकोनि **अमृतापिथानमसि** अनु मंत्रमुतो सगमु नीरु त्रागवलेनु. मिगिलिन सगमु नीटिनि - **रौरवे अपुण्य निलये पद्मार्दुद निवासिवां अक्षिनामुदकं दत्तं अक्षय्य मुपतिष्ठतु** अनि चेप्पुतू अपसव्यमुगा भोजनपात्रकु एडम वैपुन वदलवलेनु.

17. यज्ञोपवीतथारण विधि - एदेनि दारमु तेगिपोयिनप्पुडु, जीर्णमैनप्पुडु, प्रति नालुगु मासमुलकु ओक पर्यायमु, श्रावणि - उपाकर्म समयंलो, जनन मृदशौचमुल निवृत्तियंदु, श्राद्धकर्मल यंदु, यज्ञादुल यंदु, सूर्यचंद्र ग्रहण निवृत्ति अनंतरमु, अस्पृश्य स्पर्शवलन - चितिकाष्ठमुनु, चितिधूममुनु, चंडालुनि, रजस्वतास्त्रीनि, शवमुनु, बालिंतरालुनु, स्पृशिंचिनचो स्नानमु आचरिंचि अनंतरमु यज्ञोपवीतमुनु मार्चुकोन वलयुनु.

. . . . संकल्पमु चिवर ई विधमुगा चेप्पुकोनवलयुनु . . . . मम श्रौत स्मार्त नित्य नैमित्तिक काम्य कर्म अनुश्ठान योग्यता सिद्ध्यर्ध्यं, ब्रह्मतेजोभि वृद्ध्यर्ध्यं च नूतन यज्ञोपवीत धारणं करिष्ये.

यज्ञोपवीत धारण मंत्रमु

ओम् यज्ञोपवीतं परमं पवित्रं प्रजापतेर्य त्सहजं पुरस्तात्।
आयुष्य मग्रोयं प्रतिमुंच शुभ्रं यज्ञोपवीतं बलमस्तु तेजः।।

इति यज्ञोपवीतं द्त्व, आचम्य.

यज्ञोपवीत विषर्जन मंत्रमु

उपवीतं छिन्नतंतुं, जीर्णं कश्मलदूषितम्।
विसृजामि यशो ब्रह्मवर्चो दीर्घायुरस्तु मे।।

इति जीर्ण यज्ञोपवीतं विसृजेत्. द्विराचम्य

....



(ఎక్కడైనా తప్పులు ఉంటే సహృదయంతో తెలియజేయవలసినదిగా మనవి.–944 044 9650, 994 994 1430)